© Drogues Info Service - 8 décembre 2025

Forums pour les consommateurs

j arrete de fumer des joint.

Par Profil supprimé Posté le 02/04/2020 à 14h44

J ai 37 ans dont 22 ans de fume derriere moi.
J etais un tres gros fumeur 10/15 joint par jour en semaine et encore plus le week-end.
Cela n a jamais empêché de travailler ou d avoir mes diplomes ou encore construire ma vie de famille.
(Je suis pere de 3 enfants)
Je fumais des le reveille cela me donnais la force de sortir du lit, certaine fois la nuit je me levais pour aller rouler et retourner me coucher..
J avais cette drole d impression que c etais mon carburant
Toute ma vie passée a tourné autour de cette substance et je n en voyais pas les méfaits.
Il etait impossible pour moi de m imaginer arrêter.
Mes enfants me demandais souvent pourquoi j avais les yeux rouges.
Je leur repondais que c etais le travail qui me fatiguais...

Il y a quelques semaine (a l arriver du Covid19) j ai eu une grosse crise d angoisse, l impression que j avais contracté cette maladie j ai eu beaucoup de mal a respiré, des douleurs thoracique et toute sortes de symptome qui m on vraiment fait peur..
Je pense que 22 ans de fume plus tards je faisais mon premier "Bad Trip"

Aujourd hui cela fait plus de 15 jours que je n ai pas touché un joint.
Il serait tres facile pour moi d en avoir, (j habite en banlieu parisienne) malgré cette periode de confinement..

Mais non je ne refumerais pas!

Pour moi la premiere semaine à ete tres compliqué
Entre les sueur nocturne en abondance, (meme la journée) la perte d appétit, perte de motivation de tout!
Je pensais qu a fumer!
Comme n avoir plus aucun gout a la vie.
J ai passé beaucoup de temps a dormir.

Aujourdhui je recommence plus ou moins a reprendre une motivation, je me souviens de mes reves chose qui est tres destabilisante au debut.
Je reprends doucement mon appetit
Mais surtout je ne pense presque plus a fumer mon bedo.
Ou opire je n ai plus envie de me retrouver dans cette etats de defonce.

Je me rend compte que cette substance m a volé enorment d d'année de ma vie.
Je veux maintenant profiter de ma vie de ma femme et mes enfants et surtout etre maitre de mon esprits.

Voila pour mon petit temoignage.

Merci a ceux qui me lirons.

Prenez soins de vous.

1 réponse

Profil supprimé - 01/05/2020 à 22h19

Bonjour,
Je me retrouve dans ton témoignage....41 ans, maman de 2 enfants, j ai mon boulot, ma vie de famille avec 1 rythme assez soutenue...et je fume du cannabis depuis mes 17 ans! Le soir seulement...mais ça peut arriver en journee pendant des périodes de vacances.
Je voulais savoir où tu en étais aujourd'hui...as tu réussit à te séparer de ce mauvais compagnon?
Moi aussi je commence a me rappeler de mes rêves...je me sens mieux au levé...je m endors assez facilement avec ses exercices es de meditation que je trouve sur Youtube
Je profite du confinement pour ne.pas aller rechercher de conso. J en suis fière...ma.plus grande peur est de retombée dedans!
Tu es toujours en sevrage? Comment te sens tu?.